

JADŁOSPIS klasy 0

PONIEDZIAŁEK 27.11.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasztet pieczony 40g, ogórek kiszony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Krupnik jęczmienny 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, cebula, kasza jęczmienna, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Kopytka z sosem pieczarkowym 250g (ziemniaki, mąka pszenna, jajko, pieczarki, śmietana),
Surówka z marchewki z porem 100g (marchewka, jabłko, por, oliwa, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (kisiel) (mleko, seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: banan

WTOREK 28.11.2023.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao z mlekiem 250ml, tosty z serem , sos pomidorowy (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa jarzynowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, marchewka, por, brukselka, groszek, brokuł, kalafior, makaron, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Filet drobiowy w sosie z dynią i marchewką 100g (filet z kurczaka, dynia, marchewka, śmietana, olej rzepakowy, przyprawy),
Surówka z białej kapusty 100g (kapusta biała, marchew, jabłko, cebula, oliwa, przyprawy),
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: gruszka

ŚRODA 29.11.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, szynka 40g, pomidor 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, ogórki kiszane, śmietana 18%, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, koper),
Kasza perłowa 200g, A'la gołąbki w sosie pomidorowym 100g (łopatka wieprzowa, jajko, kapusta włoska, przecier pomidorowy, mąka, śmietana), warzywa gotowane 100g(kalafior, brokuł, marchew)
Kompot jabłkowy 250ml (jabłko) (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: Piernik (mleko, jajko, gluten)

CZWARTEK 30.11.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa/ płatki śniadaniowe na mleku 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, serek kanapkowy 40g, ogórek zielony 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Kapuśniak 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, kapusta, majeranek , pieprz, liść laurowy, ziele angielskie),

Ryż paraboliczny 200g,

Filet z ryby w sosie cytrynowym 100g (miruna, skórka z cytryny, sok z cytryny, pieprz cytrynowy, koper, mąka, śmietanka)

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 100g (kapusta pekińska, marchewka, kukurydza, majonez) , Herbata zimowa 250ml (herbata czarna, pomarańcza, goździki) (seler, mleko, gluten)

PODWIECZOREK: Jogurt owocowy (mleko)

PIĄTEK 1.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem dżem niskosłodzony 20g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa fasolowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, fasola, majeranek, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),

Naleśniki z serem, śmietaną i owocami 250g (mąka, mleko, jajko, twaróg półtłusty, śmietana, brzoskwinie)

Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (gluten, seler, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: Jabłko

PONIEDZIAŁEK 4.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, polędwica sopocka 40g, papryka 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa z soczewicą 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, czerwona soczewica, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),

Makaron z polewą truskawkową z serem białym i śmietaną 250g (makaron świder, truskawki, twaróg półtłusty, śmietana 18%), Kisiel do picia 250ml (seler, gluten, mleko, jajko)

PODWIECZOREK: Mandarynka

WTOREK 5.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata / Płatki śniadaniowe na mleku 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, ser żółty 40g, ogórek 30g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, makaron, przecier pomidorowy, śmietana 18%, liść laurowy, ziele ang., pieprz, natka),
Ziemniaki z koperkiem 200g,
Kurczak pieczony 100g (pałka z kurczaka, olej, przyprawy),
Marchewka gotowana 100g,
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (seler, gluten, jajko, mleko)

PODWIECZOREK: Jabłko



ŚRODA 6.12.2023



ŚNIADANIE: Herbata z cytryną / Kakao z mlekiem 250ml, racuchy z jabłkiem i posypką 2szt (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Żurek z jajkiem 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, ziemniaki, zakwas, śmietana 18%, jajko, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, majeranek),
Spaghetti Bolognese z mięsem i warzywami posypane żółtym serem 250g (makaron spaghetti, łopatka wieprzowa, pomidory, marchewka, cebula, przecier pomidorowy, oregano, ser żółty tarty), Kompot jabłkowy 250ml (jabłka) (mleko, seler, gluten, jajko)

PODWIECZOREK: Babeczki czekoladowe (mleko, jajko, mąka)

CZWARTEK 7.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata z cytryną 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, parówki gotowane 2szt, sos pomidorowy 10g (mleko, gluten)

OBIAD: Zupa kalafiorowa 300ml (wywar drobiowy, ziemniaki, kalafior, śmietana 18%, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka),
Kasza jęczmienna 200g,
Gulasz wieprzowy w sosie własnym 120g (łopatka wieprzowa, cebula, mąka pszenna, olej rzepakowy) , Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 100g
Kompot owocowy 250ml (mieszanka owocowa) (mleko, gluten, seler)

PODWIECZOREK: Banan

PIĄTEK 8.12.2023

ŚNIADANIE: Herbata owocowa 250ml, 2 kanapki: pieczywo mieszane 25g z masłem 10g, pasta jajeczna ze szczypiorem 25g (mleko, gluten, jajko)

OBIAD: Zupa zacierkowa 300ml (wywar drobiowy, włoszczyzna, zacierka, cebula, natka, liść laurowy, ziele ang., pieprz),
Ziemniaki z koperkiem 200g, Paluszki rybne 100% filet 100g,
Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchewka, jabłko, cebula, pieprz, oliwa),
Herbata z miodem i cytryną 250ml (herbata czarna, miód, cytryna)
(seler, gluten, jajko, ryba)

PODWIECZOREK: Jogurt owocowy (mleko)

Firma Rebus sp. z o.o. zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.